

Sundhedstjek

Et overblik over medarbejdernes sundhedstilstand

CityFys og sundhedstjek

I samråd med CityFys ApS kan din virksomhed sammensætte præcis den kombination af sundhedstjek, der ønskes gennemført.

CityFys anbefaler vores standardkoncept, hvor et solidt testgrundlag sikrer en høj kvalitet i leverancen.

Konceptet består af to sundhedstjek, der blandt andet indeholder en individuel sundhedssamtale. Desuden bistår CityFys den interne markedsføring af sundhedstjekkerne.

Det første sundhedstjek

Foretages i samarbejde med en idrætsfysiolog, sygeplejerske eller fysioterapeut med speciale i livsstil.

Der laves målinger af blodtryk, puls, kolesterol, blodsukker, højde, vægt, talje-hofte mål og fedtprocent, som danner udgangspunkt for at drøfte medarbejderens aktuelle sundhedstilstand.

Sundhedstjekket indeholder en motiverende samtale med udgangspunkt i medarbejderens interesser og ressourcer for justering af usund livsstil samt fastholdelse af sund livsstil. Endelig omfatter sundhedstjekket inspiration til forskellige indsatser samt udarbejdelse af målsætninger og handlingsplan for medarbejderen.



Det andet sundhedstjek

Foretages ligeledes sammen med en idrætsfysiolog, sygeplejerske eller fysioterapeut med erfaring i sund livsstil. Der laves fornyede målinger og handlingsplan samt målsætninger revideres i forhold til de nye resultater.

Overblik og dokumentation med effektmåling

Effektmåling bruges til at dokumentere, hvordan de forskellige grupper af medarbejdere har flyttet sig indenfor de forskellige livsstilsområder.

Målet er naturligvis at få medarbejdergrupperne til at bevæge sig mod et lavere risikoniveau og samtidig fastholde eller øge deres motivation for at fortsætte den forbedrede livsstil. Denne bevægelse er lig med effekt, hvilket dokumenterer, at de ressourcer, der er anvendt til sundhedsfremme, har gjort en forskel. Det berettiger sundhedsfremme-processen til at fortsætte, da man har en dokumenteret effektmåling – og ikke kun en "fornemmelse" for, at investeringen kan betale sig.

Præsentation af sundhedstjek

Vi stiller forslag om, at der afvikles et informerende møde blandt parterne, således at I har mulighed for at opnå en større indsigt i CityFys Sundhedstjek.

Yderligere oplysninger

Kapacitet: Ca. 20 medarbejdere pr. dag

Målgruppe: Virksomheder i Danmark.

Form: Sundhedstjek.

Konsulenter: Idrætsfysiologer/Sygeplejersker/ fysio-terapeuter fra CityFys ApS.

Bestilling: Opgaven skal venligst skriftligt bekræftes 4 uger før udførelsen.

Priser: Hver enkelt test koster kr. 795,- ekskl. moms. (Ved en deltagelse på +30 medarbejdere vil prisen pr. test blive reduceret.)